

# **Protokół CWP: Dziecko i rodzice w czasie rozvodu, darmowy fragment**

Protokół CWP: ustrukturyzowany scenariusz pracy dla psychologów i psychoterapeutów

## MODUŁ 1

## Przygotowanie

### 1.1 Cel materiału

Ten protokół to ustrukturyzowany scenariusz pracy psychologa z rodziną w trakcie rozstania lub rozvodu: z rodzicem lub obojgiem rodziców, z dzieckiem w różnym wieku i z relacją rodziców w zakresie, w jakim dotyczy dziecka.

Materiał **nie jest** narzędziem do opiniowania w sprawach o władzę rodzicielską i kontakty. Nie zastępuje opinii biegłego ani Opiniodawczego Zespołu Sądowych Specjalistów (OZSS).

### 1.2 Kiedy stosować

- rodzic zgłasza się z pytaniem, jak powiedzieć dziecku o rozstaniu lub jak pomóc mu po wyprowadzce jednego z rodziców,
- u dziecka pojawiły się zmiany zachowania, snu, nastroju lub funkcjonowania w szkole po rozstaniu rodziców,
- dziecko źle znosi przejścia między domami, płacze przed kontaktami, wraca rozdrażnione albo zaczyna odmawiać kontaktu,
- konflikt rodziców przenosi się na dziecko (wiadomości przez dziecko, kłótnie przy przekazaniu, wypytywanie),
- rodzice ustalają plan wychowawczy i chcą myśleć o nim z perspektywy dziecka,
- toczy się sprawa sądowa, a rodzic oczekuje pomocy dla dziecka (czasem też „zaświadczenia dla sądu”, moduł 3f).

### 1.3 Dla kogo

Dla psychologów i psychoterapeutów pracujących z dziećmi i rodzinami: w gabinecie, w poradni psychologiczno-pedagogicznej, w ośrodku środowiskowej opieki psychologicznej dla dzieci i młodzieży (NFZ), w ośrodku interwencji kryzysowej lub w szkole. Osoby w trakcie szkolenia korzystają z niego pod superwizją, zwłaszcza przy sprawie sądowej, podejrzeniu przemocy lub odmowie kontaktu.

### 1.4 Cel pracy tym protokołem

- zmniejszenie ekspozycji dziecka na konflikt rodziców i wyprowadzenie dziecka z ról, które do niego nie należą (poślaniec, powiernik, sędzia, pocieszyciel),
- pomoc dziecku w zrozumieniu sytuacji na miarę wieku i w wyrażaniu uczuć bez konieczności wybierania strony,
- wsparcie rodziców w zbudowaniu przewidywalnego planu dwóch domów i rzeczowego kanału komunikacji,
- wczesne rozpoznanie sytuacji, w których potrzebna jest inna pomoc: ochrona przed przemocą, leczenie psychiatryczne, pomoc prawna, mediacja,
- utrzymanie przejrzystej, etycznej roli psychologa wobec obojga rodziców i wobec sądu.

Rozwód nie jest zaburzeniem, a reakcja dziecka na rozstanie rodziców jest zwykle reakcją na trudne zdarzenie, nie objawem choroby. Celem nie jest „wyleczenie dziecka z rozvodu”, tylko ochrona jego rozwoju w okresie zmiany.

### 1.5 Kto jest klientem: decyzja przed pierwszą sesją

Najważniejsza decyzja w tym protokole, podejmowana przed zbieraniem informacji.

| Układ                                                       | Co to oznacza                                                                 | Na co uważać                                                                     |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| Konsultacja dla jednego rodzica                             | Pracujesz z dorosłym nad jego rodzicielstwem w rozstaniu; dziecka nie widzisz | Znasz tylko jedną perspektywę. Nie formułuj ocen drugiego rodzica ani dziecka    |
| Konsultacje dla obojga rodziców                             | Wspólne lub naprzemienne spotkania dotyczące dziecka i planu dwóch domów      | Neutralność wobec obojga, jasne zasady poufności między nimi ustalone na starcie |
| Pomoc psychologiczna dla dziecka                            | Dziecko jest Twoim klientem, rodzice są partnerami w pracy                    | Zgoda przedstawicieli ustawowych, poufność dziecka, ryzyko wciągania Cię w spór  |
| Praca rodzinna (dziecko i rodzice w różnych konfiguracjach) | Spotkania dziecka z każdym z rodziców, praca nad relacją                      | Wymaga doświadczenia w terapii rodzin i dobrej superwizji                        |

Nie łącz roli psychologa pomagającego z rolą osoby oceniającej dla sądu. Jeśli rodzic na pierwszym kontakcie mówi wprost, że potrzebuje „opinii do sprawy”, wyjaśnij od razu, że możesz udzielić pomocy psychologicznej, ale nie wydasz opinii o tym, z którym rodzicem dziecko powinno mieszkać. Taka ocena należy do biegłego lub OZSS powołanego przez sąd. Postawienie tej granicy na początku chroni dziecko, rodzica i Ciebie.

## 1.6 Zgoda na pomoc psychologiczną dla dziecka

W polskiej praktyce bezpieczniej jest przyjąć, że rozpoczęcie systematycznej pomocy psychologicznej lub terapii dziecka należy do istotnych spraw dziecka, o których rodzice mający władzę rodzicielską rozstrzygają wspólnie (art. 97 § 2 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego), a w razie braku porozumienia rozstrzyga sąd opiekuńczy. Przed rozpoczęciem pracy z dzieckiem:

- ustal, kto ma władzę rodzicielską i czy była ona ograniczona lub zawieszona; poproś o informację z orzeczenia lub postanowienia, jeśli zostało wydane,
- poinformuj drugiego rodzica o planowanej pracy i poproś o jego zgodę oraz udział; jeśli pracujesz w placówce, sprawdź jej wewnętrzne procedury,
- przy sprzeciwie drugiego rodzica nie rozpoczynaj systematycznej pracy z dzieckiem „po cichu”; rodzic, który chce pomocy dla dziecka, może zwrócić się do sądu, a Ty możesz w tym czasie pracować z nim samym,
- pamiętaj, że pomoc w sytuacji kryzysowej, gdy zagrożone jest bezpieczeństwo dziecka, rządzi się innymi zasadami niż planowa terapia (moduł 3f i materiał o przemocy),
- w przypadku młodzieży od 16. roku życia w systemie ochrony zdrowia obowiązują dodatkowe uprawnienia małoletniego pacjenta; sprawdź zasady obowiązujące w miejscu Twojej pracy.

## 1.7 Przeciwwskazania i ograniczenia zastosowania

Jeśli w rodzinie występuje przemoc domowa, praca nad „lepszą komunikacją rodziców”, wspólne sesje rodziców i mediacja nie są pierwszym krokiem. Priorytetem jest bezpieczeństwo dziecka i rodzica doznającego przemocy (materiał uzupełniający: czerwone flagi i postępowanie przy podejrzeniu przemocy).

- Protokół nie jest przeznaczony do pracy z dzieckiem w ostrym kryzysie psychicznym (myśli lub zamiary samobójcze, nasilone samookaleczenia, objawy psychotyczne). Wtedy pierwszeństwo ma ocena ryzyka i pilna konsultacja psychiatry dzieci i młodzieży.
- Nie służy do „przygotowania dziecka do badania” w OZSS ani do rozmowy z sędzią. Dziecka nie uczy się, co ma powiedzieć.
- Nie zastępuje terapii par ani terapii indywidualnej rodzica, gdy jego własne trudności (depresja, uzależnienie, trauma) wymagają osobnego leczenia.
- Gdy rodzice nie są w stanie bezpiecznie przebywać w jednym pomieszczeniu, rezygnujesz ze wspólnych spotkań na rzecz pracy osobno.

## 1.8 Przygotowanie specjalisty

- Przeczytaj cały protokół, zwłaszcza moduły 3d (lojalność i alienacja rodzicielska) i 3f (rola wobec sądu), zanim przyjmiesz rodzinę w sporze sądowym.
- Przygotuj pisemne zasady współpracy (szablon w materiałach uzupełniających).
- Spisz lokalne zasoby: mediatorzy, ośrodek interwencji kryzysowej, ośrodek środowiskowy dla dzieci, poradnia, psychiatra dzieci i młodzieży.
- Uporządkuj własne przekonania o rozwodzie, o „lepszem” i „gorszym” rodzicu i o matkach i ojcach. Własna historia rodzinna specjalisty bywa w tym obszarze wyjątkowo aktywna.
- Zaplanuj superwizję. W pracy z rodziną w ostrym konflikcie bardzo łatwo, nawet niezauważenie, stać się sojusznikiem jednej strony.

## 1.9 Częste błędy przy pracy tym protokołem

| Błąd                                                             | Dlaczego szkodzi                                                                                                  | Co zrobić zamiast tego                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Przyjęcie wersji pierwszego rodzica jako pełnego obrazu          | Rodzik w rozstaniu opisuje drugą stronę przez pryzmat zranienia; specjalista zaczyna działać jak jego pełnomocnik | Zapisuj wypowiedzi jako relację rodzica („matka relacjonuje, że...”), zaproś drugiego rodzica, formułuj hipotezy, nie wnioski |
| Ocena drugiego rodzica, którego nie widziałeś                    | Narusza zasady etyki zawodowej i bywa wykorzystywana w sądzie                                                     | Nie wypowiadaj się o osobie, z którą nie pracowałeś, ani ustnie, ani na piśmie                                                |
| Pytanie dziecka, z kim chce mieszkać                             | Stawia dziecko w konflikcie lojalności i obarcza je decyzją dorosłych                                             | Pytaj o doświadczenia i uczucia, nie o wybór. Decyzja należy do rodziców lub sądu                                             |
| Traktowanie każdej odmowy kontaktu jako alienacji rodzicielskiej | Pomija przemoc, zaniedbanie, reakcje rozwojowe i realne trudności w relacji                                       | Rozważ pełne spektrum przyczyn odmowy kontaktu (moduł 3d), zaczynając od bezpieczeństwa                                       |
| Ignorowanie sygnałów przemocy, bo „to typowy konflikt rozwodowy” | Przemoc często nasila się w okresie rozstania; bagatelizowanie naraża dziecko i rodzica                           | Zawsze oceniał bezpieczeństwo osobno z każdym dorosłym i z dzieckiem                                                          |

## 1.10 Jak zbudowany jest protokół

Siedem modułów głównych: przygotowanie, mapa problemu z wprowadzeniem teoretycznym, pogłębienie w sześciu częściach (3a reakcje dziecka według wieku, 3b rozmowa z dzieckiem o rozstaniu, 3c dwa domy i plan wychowawczy, 3d lojalność, odmowa kontaktu i alienacja rodzicielska, 3e rodzice w konflikcie i mediacja, 3f rola wobec sądu i OZSS), plan pracy, gotowe struktury sesji z rodzicem, z dzieckiem i z obojgiem rodziców, karty pracy między sesjami oraz podsumowanie. Po nich materiały uzupełniające: checklista, diagnoza różnicowa, czerwone flagi i postępowanie przy podejrzeniu przemocy, praca z otoczeniem dziecka, szablony dokumentacji, winiety, bank pytań i ćwiczeń, słowniczek.

## MODUŁ 2

## Mapa problemu

Zanim zaczniesz pomagać, zbierz obraz sytuacji z kilku perspektyw: rodzica, który się zgłosił, drugiego rodzica (jeśli to możliwe), dziecka i otoczenia (szkoła, przedszkole). Każdą informację zapisuj ze wskazaniem źródła. W rozstaniu fakty i interpretacje mieszają się wyjątkowo łatwo.

### 2.1 Pierwszy kontakt z rodzicem

**Co sprawiło, że zgłasza się Pan/Pani właśnie teraz? Co się wydarzyło w ostatnich tygodniach?**

- Czy chodzi o samo dziecko, o Pana/Pani samopoczucie, czy o relację z drugim rodzicem?
- Czy toczy się lub jest planowane postępowanie sądowe?

**Wskazówka:** Odpowiedź od razu pokazuje, czy zgłoszenie dotyczy dziecka, czy rodzic szuka sojusznika w sporze. Zapytaj o sprawę sądową wprost już na pierwszym spotkaniu, bo zmienia ona zasady Twojej pracy (moduł 3f).

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

**Na jakim etapie rozstania jesteście? Czy decyzja jest już podjęta, czy ktoś się wyprowadził, czy wciąż mieszkacie razem?**

**Wskazówka:** Inaczej pracuje się z rodziną przed poinformowaniem dziecka, inaczej tuż po wyprowadzce, a jeszcze inaczej kilka lat po rozwodzie. Wspólne mieszkanie po decyzji o rozstaniu bywa okresem najwyższego napięcia dla dziecka.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

**Czego oczekuje Pan/Pani ode mnie? Jak będzie Pan/Pani wiedział/a, że ta pomoc była dobra dla dziecka?**

- Czy drugi rodzic wie o naszym spotkaniu?
- Jak, Pana/Pani zdaniem, zareaguje na propozycję udziału?

**Wskazówka:** Tu ujawniają się oczekiwania niemożliwe do spełnienia (np. „żeby psycholog potwierdził, że dziecko nie chce jeździć do ojca”). Nazwij od razu, co możesz zrobić, a czego nie.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

**Jak Pan/Pani się teraz czuje, jak Pan/Pani śpi, je, funkcjonuje w pracy? Kto Pana/Panią wspiera?**

**Wskazówka:** Stan rodzica pierwszoplanowego jest jednym z najsilniejszych czynników wpływających na przystosowanie dziecka. Rodzic w depresji, z nasilonym lękiem lub sięgający po alkohol potrzebuje osobnej pomocy, a nie wyłącznie porad wychowawczych.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

### 2.2 Sytuacja rodziny: fakty do ustalenia

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|--|--|--|

| Obszar                 | Pytanie orientacyjne                                                                                     | Notatka (ze źródłem informacji) |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Dzieci                 | Ile dzieci, w jakim wieku, czy któreś ma niepełnosprawność, chorobę przewlekłą, diagnozę rozwojową?      |                                 |
| Miejsce zamieszkania   | Gdzie dziecko mieszka teraz, jak daleko są od siebie domy rodziców, czy planowana jest przeprowadzka?    |                                 |
| Obecny plan kontaktów  | Jak wygląda typowy tydzień i weekend dziecka, czy plan jest ustalony, przestrzegany, spisany?            |                                 |
| Status prawny          | Czy jest orzeczenie lub postanowienie zabezpieczające, kto ma władzę rodzicielską, czy toczy się sprawa? |                                 |
| Szkoła lub przedszkole | Czy placówka wie o sytuacji, kto odbiera dziecko, czy były zmiany w funkcjonowaniu?                      |                                 |

## 2.3 Dziecko: co się zmieniło

**Jakie zmiany zauważył/a Pan/Pani u dziecka od czasu rozstania? Proszę opisać konkretne zachowania, nie ogólne wrażenie.**

- Sen, jedzenie, kontrola potrzeb fizjologicznych u młodszych dzieci?
- Nastrój, płaczliwość, złość, wycofanie?
- Szkoła, oceny, relacje z rówieśnikami?

**Wskazówka:** Poproś o przykłady z ostatnich dwóch tygodni. Porównaj z funkcjonowaniem przed rozstaniem: część trudności mogła istnieć wcześniej i wymagać osobnej diagnozy.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

**Co dziecko wie o rozstaniu? Kto mu powiedział, kiedy i jakimi słowami?**

- Czy dziecko było świadkiem kłótni, wyprowadzki, interwencji?
- O co pyta, a o czym milczy?

**Wskazówka:** Bardzo często dziecko dowiedziało się przypadkiem, od jednego rodzica w emocjach albo wcale. Odpowiedź wskazuje, czy potrzebna jest praca z modulem 3b jeszcze przed innymi działaniami.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

**Jak dziecko zachowuje się przed wyjściem do drugiego rodzica i po powrocie?**

**Wskazówka:** Trudności przy przejściach są częste i same w sobie nie dowodzą, że w drugim domu dzieje się coś złego. Mogą wynikać z samej zmiany, z tęsknoty za rodzicem, którego dziecko opuszcza, albo z napięcia między dorosłymi przy przekazaniu. Zbierz opis, nie wnioski.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

### Co dziecku pomaga? Kiedy w ostatnim czasie było spokojne, zadowolone, zaangażowane?

**Wskazówka:** Zasoby dziecka i rodziny (ulubione zajęcia, przyjaciele, dziadkowie, rytuały) są podstawą planu pracy. Pytanie o wyjątki pokazuje też rodzicom, że dziecko nie jest wyłącznie „ofiara rozvodu”.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

## 2.4 Konflikt między rodzicami

### Jak teraz wygląda Państwa kontakt? Jak się porozumiewacie w sprawach dziecka: rozmowa, telefon, wiadomości, przez dziecko, przez pełnomocników?

**Wskazówka:** Sposób komunikacji jest dobrym wskaźnikiem poziomu konfliktu. Komunikacja wyłącznie przez dziecko lub przez pełnomocników oznacza, że praca nad kanałem komunikacji (moduł 3c i 3e) będzie priorytetem.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

### Czy dziecko słyszy Państwa kłótnie, rozmowy telefoniczne o sprawie, komentarze o drugim rodzicu?

- Czy zdarza się, że dziecko przekazuje wiadomości między Państwem?
- Czy ktoś z dorosłych wypytuje dziecko po powrocie z drugiego domu?

**Wskazówka:** To pytania o bezpośrednią ekspozycję dziecka na konflikt, czyli o czynnik, na który rodzic ma największy wpływ. Zadaj je bez oskarżania: wielu rodziców robi to nieświadomie.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

## 2.5 Bezpieczeństwo: pytania obowiązkowe

Zadaj te pytania każdemu dorosłemu osobno, bez obecności drugiego rodzica. Nie pomijaj ich, nawet gdy rodzina sprawia wrażenie „spokojnego rozstania”. Okres rozstania jest czasem podwyższonego ryzyka przemocy.

### Czy w Państwa związku zdarzały się sytuacje, w których bał/a się Pan/Pani drugiej osoby? Czy była przemoc fizyczna, groźby, niszczenie rzeczy, kontrolowanie pieniędzy, telefonu, kontaktów?

- Czy coś takiego zdarzyło się po decyzji o rozstaniu?
- Czy dziecko było obecne?
- Czy była interwencja Policji lub procedura Niebieskiej Karty?

**Wskazówka:** Pytaj konkretnie o zachowania, nie o etykietę „przemoc”. Część osób nie nazywa doświadczanej przemocy psychicznej i ekonomicznej przemocą.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

### Czy ktoś w rodzinie mówił o zrobieniu sobie krzywdy, o odebraniu sobie życia, o zabraniu dziecka i wyjeździe?

**Wskazówka:** Groźby samobójcze lub zabójcze, groźby uprowadzenia dziecka i nasilona obsesyjna kontrola są sygnałami wysokiego ryzyka wymagającymi natychmiastowego działania (materiał: czerwone flagi).

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

## 2.6 Wstępna mapa po pierwszym spotkaniu

Oceń pilność w siedmiu obszarach: bezpieczeństwo, stan dziecka, wiedza dziecka o rozstaniu, ekspozycja na konflikt, stan rodzica, plan kontaktów i przejścia, sprawa sądowa i oczekiwania wobec Ciebie. Kolejność priorytetów: moduł 4.1.

NOTATKI WŁASNE

---

---

---

---

---

© Centrum Wiedzy Psychologicznej (CWP.edu.pl). Materiał chroniony prawem autorskim, do użytku własnego specjalisty. Nie kopiować i nie udostępniać osobom trzecim bez zgody.

**MASZ PACJENTA Z...?**

## **Protokół, szkolenia i artykuł w jednym pakiecie**

Ten protokół jest częścią gotowego pakietu do pracy z konkretnym problemem klienta. Obok protokołu znajdziesz 2 szkolenia, które pogłębiają temat, i artykuł na szybki start.

### **→ Masz dziecko i rodziców w czasie rozvodu?**

[cwp.edu.pl/masz-pacjenta/rozwod](http://cwp.edu.pl/masz-pacjenta/rozwod)

### **→ Wszystkie problemy**

[cwp.edu.pl/masz-pacjenta](http://cwp.edu.pl/masz-pacjenta)